

# 2024 新春ラン及びぜんざい会報告

長与町トライアスロン協会  
内海 由加里

1月1日の朝、元旦とは思えない暖かさ、とても走りやすかったです。

今年も、ファミリーの参加、スポーツクラブのお仲間 賑わいました。

“最初の5kは、ゆっくり走り 折返してラスト5kはそれぞれのペースで飛ばしてください”

“小さい子供さんは、走れるだけ 無理せず走って下さい！” と長与町協会会長の挨拶で、  
8時30分に出発しました。みなさん、それぞれに楽しんで走られていました。

走後は、甘いぜんざいで身体を癒しました。

下記は、参加者一言感想です。

<一言コメント>

参加者氏名		コメント
田代 芳則	長崎市	明けましておめでとうございます！ 古希での元旦ラン頑張りました。 今年もマイペースで頑張ります、ヨロシク！！
福嶋 純子	長与町	楽しく走れました。 今年はレースに沢山参加します。
峰 真由美	長崎市	明けましておめでとうございます。 2024年の1日！！走れて良かった&楽しかったです ぜんざいありがとう、美味しかったです。
本村 英一	長崎市	今年も良い汗かきました、良い年になりそうです。 今年もよろしくお願いします
森 茂毅	長与町	私は坂道を走れないので湾内を回りました。約7km走れました。楽しかったです。
森 征毅		アップダウンばかりで10km以上のトレーニングになりました。 2月にフルマラソンがありますので頑張ります。
森さんのお孫さん		4キロ完走！
富永 誠司	長与町	今年も子供たちと楽しく走ります。
美音	長与町	お天気も良く気持ち良かったです。 出来る範囲で体力づくりしていきます。
結衣	長与町	全国中学トライアスロンで表彰台にのることが目標です！
結芽	長与町	今年も大会にいっぱい出て力をつけます！
陣川 真一		2回目の参加で今年は歩く距離が短くなりました(笑) 良い一年のスタートが出来そうです。

温子		来年の新春ランは 10km完走できるように今年一年トレーニング頑張ります。
真緒		さらなる高みを目指して今年も頑張ります！！
知怜		昨年よりは長い距離を走ることが出来ました。 来年は 10km走れるように頑張ります。
境 優希	長与町	今年も参加できて良かったです。甥っ子と走れて幸せです！ トライアスロンもしっかり盛りあげて行きます、ありがとうございました。
松崎 琉	7才	楽しかったです。
川口 美幸		明けましておめでとうございます、今年初のラン無事完走してホッとしてますとっても楽しかったです ぜんざいサイコウでした、どうもありがとうございました。
有田 恭子		初めて参加させてもらいました。いつも一人なので皆と一緒に走れて楽しかったです。 良い練習になりました、ありがとうございました。
山田 香		とても楽しかったです。ありがとうございました。
山本 孝児	応援	佐々から、早朝来てくれました。 ぜんざいの準備(火付け)ありがとうございました。
内海 佳治	長与町	多くの皆さんに参加いただいて感謝します。 今年も皆さんと一年のスタートを出来たことが良かったです。
内海 由加里	長与町	元旦の朝に走れる事に感謝します。みなさん、参加された方お疲れ様でした！そして、ぜんざい鍋、空っぽになりました！

